

Z OBSAHU TOHOTO ČÍSLA

4-9 O BOHU, LÁSCE A CESTÁCH ZA HRANICE VĚDOMÍ

Rozhovor s písničkářkou **RADŮZOU** o zásadních tématech života připravila publicistka **Silvie ŠPAČKOVÁ**.

14-16 KRANIOSAKRÁLNÍ BIODYNAMIKA

Jednou z cest, jak harmonizovat tělo a duši, prožít hlubokou relaxaci a uvolnit některé bloky nebo traumata, je terapie kraniosakrální biodynamiky. Přitom nemusíte nic dělat, jen klidně ležet a vnímat svoje tělo a pocity. Reportáž z pera **Renáty Kiary VARGOVÉ**.

20-21 MILOVAT A BÝT MILOVÁN

Od nepaměti se snažíme uchopit téma lásky. Jak těžké je zpodobnit ji, popsat, definovat... Pocit, jímž prošel každý, je závrtně nádherný, přesto mnohá snaha o jeho ztvárnění vyzní nepřesvědčivě. Příspěvek psychoterapeutky **Patricie ANZARI**.

24-25 SVĚTY ZA OPONOU

Psychoterapeutka **Jitka VODŇANSKÁ** je opět součástí autorského

týmu **REGENERACE**. Po dlouhodobém pobytu v jihoasijských kláštorech se vrací ke svému oblíbenému Okénku, v němž znovu zodpoví otázku, proč je dobré meditovat.

26-27 PRÁCE S PSYCHIKOU

V pravidelné rubrice léčitele **Miroslava DUBA** si ukážeme, jak můžeme ovlivňovat psychiku pomocí reflexní terapie a dalších technik.

30-35 DUŠEVNÍ NEMOC NENÍ STIGMA

Břetislava KOŠTÁLA dlouhodobě sužuje duševní nemoc, jíž ovšem nepodleh. Své zkušenosti zúročuje při práci ve Studiu 27 „Zaostřeno na duši“, které tvoří tým filmařů a žurnalistů. Více najdete v rozhovoru publicistky **Lidy CHARVÁTOVÉ**.

36-37 HARMONIE V LOTOSU

Lotos je jedním z nejdůležitějších symbolů buddhismu a hinduismu. Jeho květ je zosobněním krásy, čistoty, víry a duchovního rozvoje. Příspěvek

o léčivých účincích této rostliny připravila **Jana ARCIMOVIČOVÁ**.

42-44 ŠAMAN EKER DOVUU

„Když budeš mít dobré myšlenky, bílá cesta se ti otevře,“ říká tuvinský šaman **Eker DOVUU**, který přijel na sklonku zimy do České republiky, aby tu navázal přátelské vztahy se zájemci o sibiřský šamanismus. Rozhovor s ním připravila **Lara KUČER**.

46-47 PERMAKULTURNÍ ZAHRADA V KVĚTNU

Duhové zahradě **Dany KŘIVÁNKOVÉ** tentokrát vévodí purpurová barva. Pro Johana Wolfganga Goetha byla záhadou, která nezapadala do fyzikální teorie sedmi barev vznikajících rozložením slunečního světla na kousku čirého skla. Purpurová je záhadou, která se zjevuje po fialové...

50-51 DOMY JAKO KVĚTINY

Dům, který se jako slunečnice otáčí za sluncem, architektura inspirovaná živočichy nebo celé solární město budované na Floridě – architekti, psychologové a ekologové hledají cesty, jak bydlení ve městech udělat pro obyvatele zdravější a snesitelnější. Život v sídlech budoucnosti popisuje **Michal ČERNÝ**.